

Å overleve i nød



# BSL D



## Gratulerer med Luftfartstilsynets nødpakning!

Luftfartstilsynet er myndighetsorgan for sivil luftfart i Norge, og skal bidra til å øke flysikkerheten gjennom tilsynsarbeid. Etaten utformer også regelverket for luftfarten gjennom blant annet bestemmelser for sivil luftfart (BSL). BSL D 1-8 handler om flyging med én-motors luftfartøy over fjell og øde områder i Norge og på Svalbard. Der finner du krav til utstyr for å kunne klare seg til hjelpen kommer hvis uhellet er ute og du er nødt til å nødlande.

Luftfartstilsynet har utarbeidet en nødpakning med referanse til krav i BSL D 1-8. Nødpakningen er ment å være en del av den utrustningen du kan få behov for ved en ulykke. Pakningen er på ingen måte dekkende for alle forhold, og vil ikke under noen omstendigheter rekke til mer enn et par dager. Legg nødpakningen lett tilgjengelig i luftfartøyet sammen med annet nødutstyr. Gjør deg kjent med innholdet, og suppler med annet nødvendig utstyr tilpasset tidspunktet på året og området du skal fly over.

Luftfartstilsynet vil med nødpakningen fokusere på nødvendigheten av god planlegging. Etaten har også utarbeidet en sjekkliste for langturer. Bruk denne som utgangspunkt for forberedelsen til turen. Godt planlagt er halvt fullført!

Da gjenstår bare å ønske deg en god og sikker tur!

Med vennlig hilsen

Per-Arne Skogstad  
luftfartsdirektør

## Før flyturen – forberedelser

Alle som planlegger og utfører flyging over øde områder med én-motors luftfartøy, må tilpasse flygingen etter de spesielle forholdene som gjelder i slike områder, i tillegg til vanlige prosedyrer som levering av flygeplan/reiseplan m.m. Fartøysjefen skal sette seg inn i de regler som gjelder for søk- og redningstjenesten, og skal vurdere værrapporter og øvrig informasjon med den største aktsomhet.



Tenk nøye igjennom på forhånd hva du bør ta med deg for å overleve i et øde område tilpasset den aktuelle årstiden. En gylden regel for vinterflyging er for eksempel at distansen du flyr på ett minutt representerer én times marsj – hvis du har bena i behold og har tatt med truger!

Det hjelper lite å ha gode varme klær godt nedpakket i bagasjerommet. Ved en nødlanding kan du lett bli sittende fast i setet, og det er derfor viktig at du også flyr i varme klær. Selv ved en nødlanding nær folk kan det gå lang tid før hjelpen når frem til deg. Sørg også for å ha nødradio, mobiltelefon og annet utstyr lett tilgjengelig. Mobilen kan være et viktig hjelpemiddel, men har også sine klare svakheter.

Legg nødpakningen lett tilgjengelig i luftfartøyet sammen med annet nødutstyr, slik at du ikke må snu hele flyet for å finne det dersom det oppstår en nødsituasjon. Nødutstyret skal være tydelig merket. Husk å fylle opp beholdere, og supplér utstyret som er brukt opp! Skift eller lad alle batterier, slik at elektrisk og elektronisk utstyr du bringer med deg virker når det skal benyttes.

Fartøysjefen skal orientere passasjerene om bruk og plassering av signal-, rednings- og overlevelsesutstyr før flygingen starter.

### Hvilket utstyr skal jeg ha med i flyet?

- En radio med nødfrekvenser og ekstra batteri.
- Pyroteknisk utstyr til å sende nødlyssignaler.
- Hensiktsmessige klær og øvrig utstyr i samsvar med herskende eller ventede vær- og temperaturforhold. Husk at selv om det er varmt på flyplassen når du starter kan det være kaldt underveis. Alle bør ha vindtette overtrekksklær med en farge som gir god kontrast til terrenget.

## Når det har skjedd

### 1. Gi førstehjelp!

Livstruende skader må tas hånd om straks. En person som er skadet vil være ekstra utsatt for kulde og andre påkjenninger. Bring derfor den skadde snarest mulig i ly for vær og vind, og dekk huden med tørre klær, teppe eller annet som virker varmeisolerende. Se i førstehjelpsheftet i nødpakningen for beskrivelser av hva du skal gjøre i ulike situasjoner.

### 2. Send nødsignaler!

Jo tidligere man får varslet, jo tidligere får man hjelp, og jo større er mulighetene for å redde liv. Dette er de vanligste varselsmidlene ved nød:

- SOS (. . . - - - . . .) gitt med et hvilket som helst signalmiddel.
- Hvis ikke nødpeilesenderen er aktivert, så gjør dette manuelt. Sørg også for at antennen står fritt.
- Ordet «Mayday» sendt på radiotelefoni.
- Raketter som viser rødt lys, avfyrt en etter en med korte mellomrom.
- Et rødt fallskjermlys.

### Lyd, lys og andre visuelle signaler

Dersom du ikke har tilgang til radio må du bruke lyd, lys eller andre visuelle signaler for å varsle om nød.

- Signalspeil (eller en blank del av flyet) rettes mot den eller det du ønsker oppmerksomhet fra. Speilet er veldig effektivt mot fly, helikopter og båter.
- Fløyte brukes til å gi et vedvarende signal som varsler om nød, eller i form av morsesignalet for SOS.
- Lommelykt brukes til å sende nødsignaler i form av SOS.
- Signalpenn og bluss skal være røde for å varsle om nød.
- Utstrakte armer som beveges sakte opp og ned betyr nød. Det samme gjør oransjefarget røyk fra en røykboks.
- Frisk granbar på bål gir mye røyk og kan fungere som signal.
- En fille dyppet i olje eller bensin som tennes på kan også benyttes for å påkalle oppmerksomhet.
- Luftfartøyet bør ha en farge som gir god kontrast mot terrenget.



### 3. Beskytt deg mot kulde, vind og nedbør!

Ved nødlanding i et fjellområde er det ikke lett å finne le for vær og vind. Å grave en snøhule er i mange tilfeller den eneste muligheten. Ulempen er at det er energikrevende. Det er derfor viktig å tilpasse arbeidstempoet og bekledningen slik at du ikke blir svett og derved ytterligere avkjølt.

Bruk minst mulig energi! De aller fleste steder vil man kunne finne en grop, store steiner eller et tre som kan gi beskyttelse. Særlig gamle grantrær er fine om vinteren, fordi det ofte vil være en grop i snøen under de nederste greinene. Disse greinene er i tillegg oftest knusktørre og egner seg godt på bålet.

Dersom du er sikker på at det ikke er risiko for brann kan flyvraket også brukes som le. Om vinteren vil snøblokker plassert på utsiden av skroget fungere som isolasjon mot kulde.

Hvis du gjør det til en vane å ha en sovepose i flyet vil dette selvfølgelig gi den aller beste beskyttelsen mot kulden.

Et ildsted gir både varme, muligheter for å lage mat og tørke klær, og fungerer samtidig som et godt synlig signal for letemannskapene. Om vinteren kan det være problematisk å finne brensel på høyfjellet. Snødybden er minst på toppene der vinden blåser snøen vekk. Er man heldig kan man komme ned til kvist og lav (som kan spises!) uten å bruke all verdens krefter på å grave vekk snøen. Er det bjørk i nærheten er never god å bruke til opptenning. Dersom veden er våt og vanskelig å få fyr på er det også mulig å tappe litt bensin fra flyet til opptenning.



#### **4. Sørg for mat og drikkel!**

Vann først, siden mat! Og drikk ofte, for når du kjenner at du er tørst er det egentlig i seneste laget. De første tegnene på slapphet ved fysisk anstrengelse merkes ved mangel på vann, karbohydrater og salt. Kroppen forbrenner disse stoffene svært hurtig og må derfor ha stadig påfyll. Fett og proteiner derimot, forbrennes saktere og vi har store lagre av dem.

Ta med riktig mat! Det kroppen har mest behov for i en nødsituasjon er karbohydrater. Dette finnes i kornprodukter, ris, pasta, potetmos, kjeks, knekkebrød, rosiner og annen tørket frukt og sjokolade. I tillegg finnes det flere gode kilder for karbohydrater i naturen, bl.a. i bær, dunkjerve, skjeggslav, islandslav, samt roten av geitrams og smørbukk. Å lære seg å kjenne igjen noen av disse planteslagene er nyttig dersom du går tom for mat.

#### **5. Bli hvor du er!**

Stopp først opp og hold deg i ro. Det verste som kan skje er at du i panikk gjør situasjonen enda verre og farligere. Sett deg ned - pust rolig, kanskje kan du gjøre opp ild og spise litt mat. Er du våt, ta på deg tørre klær hvis du har og forsøk å hvile litt. Etter hvert vil panikken avta, og det er lettere å ta fornuftige avgjørelser.

Bruk tid på å resonnerer og oppsummere det som har skjedd. Få overblikk over situasjonen: Hvor er jeg i forhold til folk, hus, hytter, telt og annen hjelp? Hvilke muligheter og begrensninger står jeg overfor? Velg én løsning, og ikke minst - ha en alternativ løsning klar dersom den første ikke virker.

Hold deg helst i nærheten av flyvraket – der er det størst sjanse for å bli oppdaget. Dersom du velger å forlate flyet (for eksempel for å ta deg inn i en hytte i nærheten), legg igjen beskjed om hvor du går slik at letemannskapet vet hvor de skal lete etter deg.

**Bruk energien din på å holde varmen, og å søke ly for vær og vind!**

## Les mer

### Flymedisin, del 3: Overleving i flyhavari, førstehjelp og nødtrening – overleving på land og på sjøen

Jan Ove Owe, Flymedisinsk institutt (FMI)

ISBN: 82-91193-18-5

Norsk Aero Forlag 2001

### Overleve på naturens vilkår

Källman, Stefan / Sepp, Harry

ISBN: 82-517-8160-4

Damms forlag 1988

Boken kan lastes ned her: [www.fmlog.mil.se/fmpub/](http://www.fmlog.mil.se/fmpub/)

Se under Publikasjoner – Idrott och överlevnad



## Innholdet i sekken

### Signalutstyr

Fløyte med snor

Lommelykt

Signalspeil i rustfritt stål

Refleksvest

### Nødutstyr

Kompass

Foldekniv med gaffel og skj

Wire-sag

Stormfyrstikker

Brensel-brikker (trioxan)

Stearinlys

Kjemisk lys

### Beskyttelsesutstyr

Pølseformet telt

Vann/vindtett varmereflekerende metallduk

Kjemiske varmpakker av forskj. størrelser

Sitteunderlag

Solbriller

Solkrem med beskyttelsesfaktor 15

Bomullstørkle

### Nødproviant

Plastflaske til drikkevann

Stålkopp (stor)

Teposer

Epledrikk-pulver

«Rett i koppen» suppeblanding

Energirik sjokolade

Sukkerpakker

Harde sukkertøy (kandissukker)

Tyggegummi

### Diverse

7,6 meter fallskjermline

Kobbertråd (snaretråd), 15 meter

Barberblad med skarp egg på en side

(henger på glidelåsen på utsiden av sekken)

Sikkerhetsnåler

Toalettpapir

Blyant

Notisbok

Håndbok om overlevelse

### Medisinsk utstyr

Se egen innholdsliste i medisinpakken som ligger i sekken

## Ikke i sekken

Mat

Signalpenn og andre pyrotekniske hjelpemidler

Varme klær, soveposer, vanntett utstyr

Truger (vinterutstyr)

Medisiner (smertestillende m.m.)

Andre nyttige artikler som kan benyttes i en nødsituasjon

## Når ulykken har skjedd

- Gi førstehjelp
- Send nødsignaler
- Beskytt deg mot kulde, vind og nedbør
- Sørg for mat og drikke
- Bli hvor du er

Rekkefølgen avhenger av omstendighetene

Utgitt av:  
Luftfartstilsynet  
Postboks 8050 Dep  
0031 Oslo

Besøksadresse:  
Rådhusgata 2  
Oslo

Telefon:  
23 31 78 00  
Telefaks:  
23 31 79 95

E-post:  
postmottak@caa.no  
Internett:  
[www.luftfartstilsynet.no](http://www.luftfartstilsynet.no)

ISBN-nummer:  
82-8046-005-5  
Opplag:  
500  
Mai 2004

Design:  
design walmann  
[ewalmann@online.no](mailto:ewalmann@online.no)

Foto:  
Stone/Gustav Bøe

Illustrasjon:  
Nina Kjosavik

